



Vanessa Garrido, presidenta de la Asociación de Diabéticos de Ávila, realiza un control de glucemia en la plaza de El Grande. / ENRIQUE LUIS

5 PREGUNTAS A...

V. GARRIDO
PRESIDENTA DE LA ASOC. DE
DIABÉTICOS DE ÁVILA

**«Los jóvenes
deben cuidar su
diabetes»**

M.M.G. / ÁVILA

1 ¿Se sabe cuántas personas están diagnosticadas de diabetes en Ávila?

En nuestra Asociación hay 200 personas, pero según afirman los médicos puede que haya entre 2.000 y 3.000 en la provincia.

2 Más todos los que no estén diagnosticados...

Sí, podrían ser muchos más, porque la mayoría de la gente mayor es diabética de tipo 2 aunque no lo sepa.

3 ¿Existe un perfil de persona diabética?

No. Por ejemplo, aunque se piense que las personas obesas lo son, no tiene por qué ser así, aunque sí que tienen más papeletas las personas que no se cuidan, las sedentarias. Ahora nos cuidamos menos y corremos el riesgo de que nos ocurra como en EEUU, donde los niños son obesos.

4 ¿Cómo se debe controlar la hipertensión?

Suele ir unida a la edad, por lo que hay que hacerse análisis completos siempre que se vaya al médico.

5 ¿Qué otras enfermedades están asociadas a la diabetes?

Al diabético le toca un poco de todo. Tiene que controlar el colesterol, los ojos, por peligro de retinopatía diabética, los pies... Y sobre todo tienen que cuidarse los jóvenes, porque aunque ahora estén controlados, los síntomas pueden presentarse de golpe a los 40 o los 50 años.

El 77% de los diabéticos no controla su presión arterial

En nuestra provincia esta enfermedad podría afectar a 3.000 personas, aunque sólo 200 se encuentran inscritas en la Asociación de Diabéticos de Ávila

MARTA MARTÍN GIL / ÁVILA

El 77% de los españoles con diabetes tipo 2 tiene sus cifras de presión arterial por encima de las recomendadas. Este dato, que procede de la campaña 'Demand', en la que han participado más de 32.000 pacientes de todo el mundo de los cuales 2.464 eran españoles, pone de relieve la frecuencia con que confluyen ambos factores de riesgo, aumentando la probabilidad de que se presenten complicaciones vasculares. «La importancia de este dato radica en que los diabéticos tipo 2 tienen un riesgo entre dos y cuatro veces mayor de sufrir una complicación

vascular respecto a los no diabéticos», ha señalado el doctor Javier Mediavilla, responsable del Grupo de Diabetes de la Sociedad Española de Medicina Rural y Generalista. Según este experto, este incremento del riesgo cardiovascular es habitual en estos pacientes en los que, además de diabetes e hipertensión, son frecuentes otros factores, como el tabaquismo o el colesterol elevado, que contribuyen a un desarrollo más acelerado de la patología arteriosclerótica y a un peor pronóstico.

«Aunque la diabetes», continúa el doctor Mediavilla, «se asocia con la obesidad y el sobrepeso hasta

en un 80% de los casos y con el colesterol elevado en el 48-54%, lo cierto es que si hubiera que destacar una asociación peligrosa por su efecto nocivo sobre la progresión del daño micro y macrovascular, ésta sería la relación entre diabetes e hipertensión».

Según 'Demand', el segundo factor de riesgo más común después de la hipertensión es el colesterol elevado (44%) y seguidamente el tabaquismo (29%) y los antecedentes familiares de enfermedad vascular (25%). La presencia de microalbuminuria fue levemente superior entre los varones españoles (41%) que entre las mu-

jerres (39%) y la mayor incidencia (43%) se localizó entre los pacientes entre los 48 y los 57 años.

La única manera de detectar precozmente una lesión en los riñones de un diabético es comprobando si presenta microalbuminuria, es decir, si en la orina del enfermo hay presencia de una proteína llamada albúmina. Para ello se analizó la presencia de microalbuminuria en 32.248 pacientes de 34 países de los cinco continentes. El resultado es que el 41% de los diabéticos tipo 2 presenta esta alteración, lo que supone un 30% más de lo que se creía por investigaciones previas.